

## ガムでチェック！あなたの「噛む力」はどれくらい？

**講**話でお口の健康づくりの知識を深めながら楽しく学べる「お口の健康講座」にぜひ参加してみませんか？  
**講**全身の健康づくりはお口からはじめましょう！キシリトール咀嚼チェックガムを実際に噛んで、あなたの噛む力（咀嚼力）を確認できます。

参加特典プレゼント

日時…12月22日(月) 14:00~15:30  
 場所…市民学習情報センター  
 講師…青森県口腔保健支援センター 歯科衛生士 濱田 咲美氏  
 内容…講話、キシリトール咀嚼チェックガムの体験  
 対象…市民（定員20名）  
 申込み…12月15日(月)までに、電話かLINE(右)からお申し込みください。



問い合わせ先…健康推進課 内線 2377

## 「検出されない＝性感染しない」STOPエイズ・性感染症！

12月1日は「世界エイズデー」です。エイズのまん延防止と、患者や感染者への差別や偏見を解消するために正しい知識を身に付けること、HIV検査の促進と早期治療が大切です。  
 県内各保健所では、匿名・無料で相談と毎月1回程度HIV抗体検査を受けることができ、同時に性感染症（梅毒、性器クラミジア感染症）検査も受けられます。心配な方は、電話やインターネットから予約をして、早期発見と早期治療をしましょう。



エイズはHIV（ヒト免疫不全ウイルス）に感染して発症する病気です。治療技術が飛躍的に進歩し、感染を早く知り治療することで、感染前と同等の生活が期待できるようになりました。また、治療を受け、ウイルス量が検出できない程度に継続的に抑えられている方は、他の人への感染リスクが大きく低下することも確認されています。



問い合わせ先

▷西北保健所エイズ相談予約専用電話 Tel33-1090

▷ネット予約は、青森県ホームページ「相談・検査（青森県STOP AIDS）」から⇒

◎広報有料広告

★冬のあおたびキャンペーン参加企画★  
 期間限定！ 12/1~3/31(休前日・年末年始は除く)

■県民限定！[平日県民割プラン]  
 1泊2食付(2名様より)※展望確約5部屋限定  
 16,400円→1名様料金 **13,000円**(消費税込)  
 ※入湯税150円は別途

つがる富士見荘 ☎0173-22-3003  
<https://www.tsugarufujimiso.jp>

おめで、はってらが〜 自然災害から経営を守る

# りんご共済

加入申込受付 3/25まで

ぶどう共済も  
あります

NOSAI 青森県農業共済組合 津軽支所  
 〒037-0011 五所川原市金山字竹崎203-4 Tel 33-1513

五所川原市を応援します!!

**空家空地** で困っていませんか？

そのお悩み、私たちが一緒に考えます

株式会社 小嶋建設  
 KOJIMA HANDS  
 \HPはこちらから / 〒037-0023 五所川原市広田字榊森3-10  
 お問合せ先  
**0173-23-0235** 担当 高橋

現地確認 見積り無料 **屋根・外壁の塗り替え**

日本製 屋根工事 外壁工事

一般建設業 青森県知事許可(般-29)第400424号  
 ・五所川原工業高校卒 前田昭仁(写真左)

屋根・外壁リフォーム専門店 電話は今すぐ、こちらから  
**アートリフォーム(株) 0173-33-4713**  
 五所川原市七ツ館虫流51-29 お電話は担当 前田まで「増改築相談員のいるお店」